

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki berbagai kebutuhan dasar. Salah satu kebutuhan dasar dalam teori Virginia Handerson adalah bermain atau berekreasi (Potter dan Perry, 2006: 137). Bagi remaja dan dewasa muda, bermain merupakan kebutuhan sekunder yang sebaiknya terpenuhi karena dapat memberikan kesegaran baik secara fisik maupun psikis, sehingga terlepas dari rasa lelah dan bosan serta memperoleh semangat yang baru (Nakita, 2001: 22).

Bermain dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun. Baik melalui permainan konvensional maupun permainan modern. Salah satu bentuk permainan modern adalah permainan melalui media daring, yaitu gim daring (*game online*). Perkembangan internet di Indonesia saat ini maju dengan pesat. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2017) menyatakan bahwa:

Populasi penduduk Indonesia saat ini mencapai 262 juta orang. Lebih dari 50 persen atau sekitar 143 juta orang telah terhubung jaringan internet sepanjang 2017. Sebanyak 49,52% pengguna internet di Tanah Air adalah mereka yang berusia 19 hingga 34 tahun. Untuk yang tingkat pendidikannya sampai SMA/MA/Paket C, SMP/MTs/Paket B, SD/MI/Paket A, dan yang tidak sekolah, persentase pengguna internetnya secara berurutan 70,54%, 48,53%, 25,10%, dan 5,45%.

Ketertarikan seseorang terhadap internet banyak bergantung kepada kepentingan, minat, dan kepribadian setiap individu, seperti ketertarikan pada *game online*. *Game online* merupakan permainan (*games*) yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan (Adams & Rollings, 2010: 74). Umumnya jaringan yang digunakan untuk bermain adalah Internet. Kalangan remaja merupakan pangsa pasar *game online* yang berjumlah

cukup besar. Sebanyak 56% pelajar Amerika menyatakan bahwa pernah bermain *game online* (Jones, 2003: 91). Banyaknya peminat permainan ini dapat disebabkan oleh semakin baiknya mutu dan kualitas *game online* yang ada sekarang ini.

Maraknya *game online* menyebabkan pemain menjadi kecanduan terhadap permainan tersebut. Fase kecanduan bermain *game* merupakan keadaan di mana seorang pemain akan sangat sulit untuk lepas dari permainannya tersebut. Kecanduan *game* dapat menimbulkan kerugian yang signifikan. Salah satu kerugiannya adalah pemain *game* dapat menjadi lalai dengan kehidupan nyatanya karena sudah terlalu dalam terlibat di permainan tersebut (Griffiths, 1995: 264). Pemain akan mengorbankan waktu untuk hobi yang lain, mengorbankan waktu untuk tidur, bekerja ataupun belajar, dan waktu untuk keluarga. Selain itu, *game online* juga dapat mengakibatkan pola makan dan tidur yang tidak teratur, sehingga akan mengganggu kesehatan. Menjamurnya pusat-pusat permainan *game online* (*game centre*) dianggap sebagai salah satu faktor yang mendorong pemain untuk kecanduan, apalagi biasanya pusat-pusat permainan *game online* tersebut menawarkan biaya sewa yang relatif terjangkau.

Beragamnya jenis *game online* dan biaya sewa yang relatif terjangkau, membuat pemain tertarik untuk bermain *game online*. Pemain *game online* tersebut pun tidak mengenal usia maupun jenis kelamin. Sebanyak 64.45% remaja laki-laki dan 47.85% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* menyatakan bahwa mereka kecanduan terhadap *game online*. Selain itu, sebanyak 25.3% remaja laki-laki dan 19.25% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* mencoba untuk berhenti main namun tidak berhasil (Yee, 2006).

Berdasarkan hasil wawancara salah satu siswa di kelas XI IPS 2 pada tanggal 4 Desember 2018 diketahui bahwa pada saat jam istirahat berlangsung kurang lebih 30

menit para siswa lebih memilih berada di kelas untuk bermain *game online* bersama-sama daripada bermain dan melepaskan penat untuk berada di luar kelas. Untuk urusan makan dan minum para siswa yang bermain *game online* lebih suka meminta bantuan beberapa siswa untuk membelikan mereka makanan ringan untuk disantap di dalam kelas sembari memainkan *game online*.

Tidak hanya itu saja, masih menurut salah satu siswa tersebut mengakui bahwa jika ada jam pelajaran kosong karena sang guru berhalangan mengajar, maka sudah dapat dipastikan waktu untuk menulis materi atau mengerjakan tugas dari guru tidak mereka kerjakan. Tetapi lebih memilih setia dengan gawai mereka sendiri-sendiri dan mulai memainkan *game online* secara serentak hingga jam pelajaran selesai.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka peneliti berkeinginan untuk mereduksi atau mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 melalui penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* dalam lingkup penelitian tindakan bimbingan dan konseling.

Menurut Sukardi (2002: 49) layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.

Menurut Willis (2004: 63) *client centered* adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan konseli, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri konseli yang ideal) dengan *actual self* (diri konseli sesuai dengan kenyataan sebenarnya).

Berdasarkan paparan di atas peneliti menyimpulkan judul penelitian ini sebagai berikut “Mengurangi Kecanduan *Game Online* melalui Layanan Konseling Kelompok

Pendekatan *Client Centered*” penelitian dilakukan terhadap siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara tahun pelajaran 2018/2019.

1.2 Rumusan Masalah

Peneliti menyusun rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1.2.1 Bagaimana penerapan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* dalam mengurangi kecanduan *game online* di pada siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019?

1.2.2 Apakah kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara dapat diturunkan setelah mendapatkan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1.3.1 Mendeskripsikan penerapan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* dalam mengurangi kecanduan *game online* di pada siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara Tahun Pelajaran 2018/2019.

1.3.2 Mendeskripsikan kondisi penurunan kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara setelah mendapatkan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari pelaksanaan penelitian ini sebagai berikut.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan konseling kelompok sebagai upaya mengurangi kecanduan *game online* melalui pendekatan *client centered*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Siswa

Siswa dapat mengurangi kecanduan dalam bermain *game online* setelah pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

1.4.2.2 Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan hasil penelitian sebagai acuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling secara optimal, dan khususnya layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* untuk mereduksi kecanduan *game online*.

1.4.2.3 Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menggunakan hasil penelitian sebagai acuan penetapan kebijakan perihal penggunaan gawai di sekolah oleh siswa, serta optimalisasi pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah oleh guru bimbingan dan konseling.

1.4.2.4 Peneliti

Peneliti dapat berpartisipasi dalam menerapkan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* dalam mereduksi kecanduan *game online* siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah usaha peneliti dalam memberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA 1 Pecangaan Jepara pada tahun pelajaran 2018/2019.

1.6 Definisi Operasional

1.6.1 Kecanduan *Game Online*

Game online merupakan jenis permainan yang dapat dimainkan oleh beberapa pemain sekaligus dengan memanfaatkan perangkat (gawai) yang tersambung melalui jaringan internet (daring). Kecanduan *game online* dalam penelitian ini merupakan kondisi di mana *player* (siswa kelas XI IPS 2) merasa tidak mampu menahan keinginan meninggalkan gawai untuk tidak memainkan gim secara daring. *Player* merasa terikat dengan gim daring, merasakan kebutuhan untuk bermain gim daring dengan jumlah yang terus meningkat untuk mencapai sebuah kepuasan, secara berulang membuat upaya pengendalian diri tetapi tidak pernah berhasil, merasa gelisah dan tidak nyaman ketika berniat berhenti bermain gim daring, berbohong kepada orangtua, guru dan beberapa orang terdekat perihal intensitas bermain gim daring.

1.6.2 Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Client Centered*

Layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* merupakan model intervensi yang digunakan oleh peneliti dalam mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 melalui penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Penelitian tindakan bimbingan dan konseling sendiri dilakukan melalui tahapan: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi. Adapun pelaksanaan konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap pada tahap kedua; pelaksanaan.

Konseling kelompok dilakukan dalam beberapa tahapan; tahap pertama pembentukan di mana peneliti mengawali pertemuan dengan memperkenalkan diri di hadapan anggota kelompok. Selanjutnya peneliti memberikan penjelasan pengertian, tujuan asas dalam layanan konseling kelompok, serta permainan untuk mempererat hubungan peneliti dengan anggota kelompok.

Selanjutnya pada tahap peralihan, peneliti memperhatikan kesiapan anggota kelompok untuk melakukan pembahasan topik pada tahap kegiatan, setelah dirasa semua anggota kelompok telah siap untuk membahas topik, peneliti membimbing anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan. Dalam tahap kegiatan, peneliti menerapkan pendekatan *client centered*. *Client centered* merupakan bentuk intervensi dari peneliti untuk mengurangi kecanduan *game online*.

Pada tahap kegiatan ini pertama yang harus dilakukan peneliti yaitu peneliti harus mampu menciptakan suasana permisif, santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka, sehingga klien dapat menentukan sikap dalam pemecahan masalahnya. Kedua, konseli didorong untuk menerima tanggung jawab untuk melaksanakan pemecahan masalahnya sendiri. Di mana dorongan ini hanya bisa dilakukan apabila peneliti yakin pada kemampuan konseli untuk mampu membantu dirinya sendiri.

Ketiga yaitu peneliti mendorong konseli untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas, berkaitan dengan masalahnya. Dengan menunjukkan sikap permisif, santai, penuh keakraban, kehangatan, terbuka, serta terhindar dari ketegangan-ketegangan, memungkinkan konseli untuk mengungkapkan perasaannya, sehingga dirasakan meredanya ketegangan atau tekanan batinnya.

Langkah keempat, peneliti secara tulus menerima dan menjernihkan perasaan konseli yang sifatnya negatif dengan memberikan respons yang tulus dan menjernihkan kembali perasaan negatif dari konseli. Tahap atau langkah kelima, setelah perasaan negatif dari konseli terungkapkan, maka secara psikologis bebannya mulai berkurang. Sehingga ekspresi-ekspresi positif akan muncul, dan memungkinkan konseli untuk bertumbuh dan berkembang. Langkah keenam peneliti menerima perasaan positif yang diungkapkan konseli.

Langkah ketujuh, saat klien mencurahkan perasaannya secara berangsur muncul perkembangan terhadap wawasan (*insight*) klien mengenal dirinya, dan pemahaman (*understanding*) serta penerimaan diri tersebut. Langkah kedelapan, apabila konseli telah memiliki pemahaman terhadap masalahnya dan menerimanya, maka konseli mulai membuat keputusan untuk melangkah memikirkan tindakan selanjutnya. Artinya bersamaan dengan timbulnya pemahaman, muncul proses verifikasi untuk mengambil keputusan dan tindakan memungkinkan yang akan diambil.

Memasuki tahap pengakhiran, peneliti meminta anggota kelompok untuk menyampaikan kesan-kesan selama pelaksanaan layanan konseling kelompok dan menentukan waktu pelaksanaan layanan konseling kelompok pada pertemuan berikutnya. Selanjutnya peneliti memimpin doa sebagai penutup kegiatan layanan konseling kelompok.

